

قائمة المهارات الاجتماعية

Social Skills Inventory (SSI)

إعداد

رونالد ريجيو

Ronald E. Riggio

تعريب

د/ عبد اللطيف محمد خليفة

أستاذ علم النفس - كلية الآداب

جامعة القاهرة



قائمة المهارات الاجتماعية

Social Skills Inventory (SSI)

وضع

رونالـد ريجيـو

Ronald E. Riggio

تعريب وإعداد

د/ عبد اللطيف محمد خليفة

أستاذ علم النفس - كلية الآداب

جامعة القاهرة



الـكـتـاب : قائمة المهارات الاجتماعية

المؤلـف : تعريب /د. عبد اللطيف محمد خليفة

رقم الإيداع : ١٤٣٣٨ / ٢٠٠٥

تاريخ النشر : ٢٠٠٦

الترقيم الدولى : I. S. B. N. 977 - 215 - 837 - X

الـنـاشـر : دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع
شركة ذات مسئولية محدودة

الإدارة والمطابع : ١٢ شارع نوبار لاظوغلى (القاهرة)

ت : ٧٩٤٢٠٧٩ فاكس ٧٩٥٤٣٢٤

الـتـوزيـع : دار غريب ٣,١ شارع كامل صدقى الفجالة - القاهرة

ت ٥٩٠٢١٠٧ - ٥٩١٧٩٥٩

إدارة التسويق والمعرض الدائم : ١٢٨ شارع مصطفى النحاس مدينة نصر - الدور الأول
ت ٢٧٣٨١٤٢ - ٢٧٣٨١٤٣

المحتويات

مقدمة

يعتمد نجاح التفاعل الاجتماعى على مهارات الفرد «اللفظية وغير اللفظية» فى التواصل أو التخاطب مع الآخرين . وتختلف هذه المهارات باختلاف موقف التفاعل الاجتماعى . كما يختلف مسارها تبعًا لاختلاف أهدافها ، والاستراتيجيات التى يتم من خلالها تحقيق هذه الأهداف (Hargie, 1981; 1986) ويؤيد ذلك ما توصل إليه بورز K. Bowers من خلال تحليله لإحدى عشرة دراسة ، تبين منها أن ١٣٪ من التباين يعزى إلى الشخص ، و ١٠٪ من التباين يتعلق بالموقف ، و ٢١٪ من التباين يرجع إلى تفاعل الشخص مع الموقف . حيث يتأثر التفاعل الاجتماعى بشخصية الفرد ، وبمكونات وطبيعة الموقف الذى يوجد فيه . مما يؤكد أهمية التفاعل بين الشخص والموقف (Gilbert, 1991) .

وقد انتقد «أرجايل» تركز اهتمام الباحثين على الوظائف والعمليات المعرفية على حساب الجانب الاجتماعى (Argyle, 1992) – على الرغم مما يمثله هذا الجانب من أهمية بالنسبة للأفراد . فقد تبين أن افتقاد الفرد مهارات التفاعل الاجتماعى الناجحة مع الآخرين ، يدفعه للانسحاب ، والشعور بالعزلة ، وعدم التقبل والعجز ، وبالتالى تضعف مقاومة الفرد فينهار تحت وطأة أية ضغوط نفسية . كما يتزايد احتمال تعرضه للاضطرابات النفسية (يوسف عبد الفتاح ، ١٩٨٩ ؛ Prontoff, 1976) .

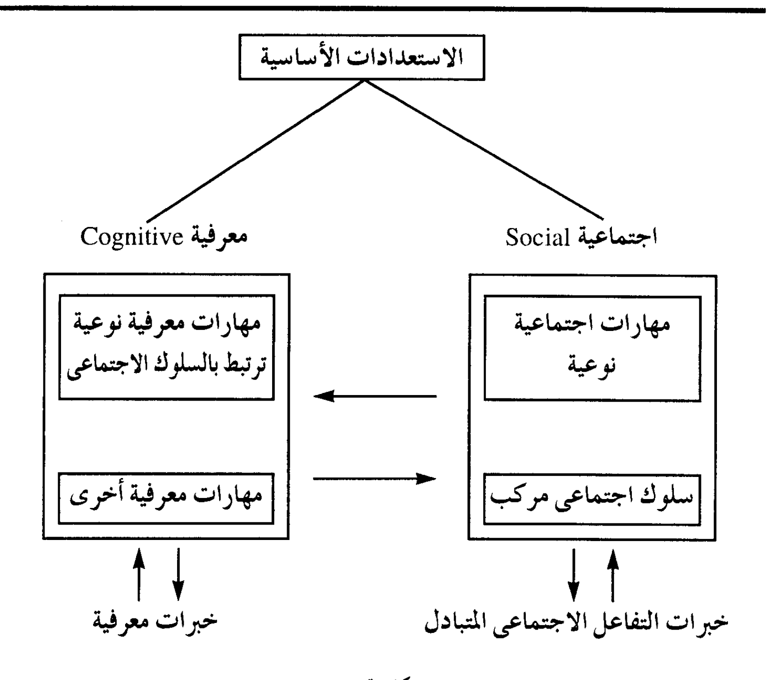
تبين أيضًا أن افتقاد المهارات الاجتماعية يترتب عليه تزايد معدلات العنف والعدوان فى العديد من المجتمعات (Toch 1980) . كما أوضحت نتائج الدراسات السابقة أهمية الكفاءة الاجتماعية Social Competence للفرد ، وقدرته على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين ، فى مجال التنبؤ بالتحصيل

الأكاديمى . فالأمر ليس قاصرًا على القدرات العقلية للطلاب ، ولكن هناك أيضًا العديد من العوامل الاجتماعية المؤثرة فى التحصيل الدراسى (Dishion, 1990) .

وفى ضوء ذلك اكتسب موضوع العلاقات بين الأشخاص بوجه عام ، والمهارات الاجتماعية بوجه خاص ، خصائص متميزة جعلت منه فرعًا غير تقليدى إلى الدرجة التى دفعت بعض الباحثين إلى الظن بأن هذا الفرع سوف يحتل مكان الصدارة فى علم النفس الاجتماعى (أسامة أبو سريع ، ١٩٩٣ ، ص٧٣) .

وظهر الاهتمام حديثًا بموضوع المهارات الاجتماعية باعتبارها تمثل مع القدرات العقلية جناحى الكفاءة والفعالية فى مواقف الحياة والتفاعلات اليومية للفرد مع المحيطين به ، وتفسر أيضًا ذلك الإخفاق الذى يعانيه البعض فى تلك المواقف – ممن يملكون قدرًا منخفضًا منها على الرغم من ارتفاع قدراتهم العقلية – والذى يتمثل فى عدم استثمار الفرص المتاحة لإقامة علاقات ودية مع المحيطين بهم ، وعدم الحصول على الموقف الملائم فى العمل ، وبين الزملاء ، والعزلة الاجتماعية ، وزيادة الخجل فى مواقف التفاعل الاجتماعى ، مما يشكل عائقًا عن التعبير والإفصاح عن الذات (طريف شوقى ، ١٩٨٩) .

وتركز التوجهات الحديثة على كل من الوظائف المعرفية والاجتماعية ، والعلاقة القائمة بينهما . وقد أوضح «شاه ونج» أن المعالجات الحديثة فى تفسير الاضطرابات المعرفية تتم فى ضوء علاقتها بالتفاعل الاجتماعى ، وبنواحى العجز والقصور فى هذا التفاعل (Shah & Wing, 1986) . وذلك كما هو مبين فى الشكل الآتى :



شكل رقم (١)

علاقة القدرة المعرفية العامة بالسلوك الاجتماعى

(Shah & Wing, 1986, p. 154)

وقد أشار هذان الباحثان إلى أن الخلل والقصور فى التفاعل الاجتماعى يختلف باختلاف مستوى الذكاء العام . فمع انخفاض الذكاء تتزايد عزلة الأطفال ، كما تتزايد صعوبات التفاعل الاجتماعى ، وتنخفض القدرة على التخاطب والتواصل مع الآخرين . وبوجه عام فإن انخفاض مستوى الذكاء يصاحبه العديد من المشكلات الاجتماعية المسؤولة عن عدم القدرة على التكيف الاجتماعى .

أولاً : مفهوم المهارات الاجتماعية

مفهوم المهارات الاجتماعية مفهوم مرن له استخدامات مختلفة وتضمينات نظرية وعملية عديدة . واختلف استخدام هذا المفهوم باختلاف مظاهر التفاعل الاجتماعى ، فبعض الباحثين ركز على سلوكيات نوعية (مثل توكيد الذات) ، وبعضهم تعامل مع سلوكيات غير لفظية (مثل الابتسامة والاتصال بالعين) ، وفريق ثالث تعامل مع الموقف أو المعرفة الاجتماعية أو مفهوم الذات (Greshman, 1986) .

وقد تناول الباحثون مفهوم المهارات الاجتماعية تحت عناوين ومسميات مختلفة مثل مهارات التخاطب ، ومهارات العلاقات بين الأشخاص ، ومهارات الأداء (Grahm, 1986) . وتعددت تعريفات المهارة الاجتماعية فى ضوء البعدين الأساسيين للسلوك الاجتماعى :

١ - **بعد السيطرة فى مقابل الخضوع** : Dominance Vs. Submission .

٢ - **بعد الحب فى مقابل الكراهية** : Love Vs. Hate .

ويعكس البعد الأول قدرة الفرد على تأكيد ذاته ، فى حين يعكس البعد الثانى القدرة على إقامة علاقة ودية مع الآخرين . والتفاعل الأمثل بين هذين البعدين يمكن الشخص من إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع المحيطين به (القدرة على تكوين صداقة) ، وبالشكل الذى لا يتعارض مع حريته فى التعبير عن رأيه والدفاع عن حقوقه (القدرة على توكيد الذات) ويتحدد السلوك الاجتماعى باعتباره محصلة التفاعل بين هذين البعدين . (اسامة أبو سريع ، ١٩٨٦ ، ص٢٤) .

وقد تبين من خلال استعراضنا للتعريفات التى قدمها الباحثون لمفهوم

المهارات الاجتماعية ، أن هناك قدرًا كبيرًا من التداخل والارتباط فيما بينها . ونحاول فيما يلى أن نعرض لهذه التعريفات فى ضوء تقسيمها إلى فئات خمس ، وذلك على النحو التالى :

الفئة الأولى : تعريف المهارة الاجتماعية فى ضوء أهدافها والنتائج المترتبة عليها :

ومن هذه التعريفات ما يأتى :

١ - **تعريف كومبس وسلابى (Combs & Slaby, 1977)** للمهارة الاجتماعية بأنها القدرة على التفاعل مع الآخرين فى سياق اجتماعى معين ، وبطريقة مقبولة اجتماعيًا ، وذات فائدة متبادلة .

٢ - **تعريف فيلبس (Phillips, 1978)** للمهارة الاجتماعية - فى ضوء تناوله للخصال المميزة للشخص الماهر اجتماعيًا - بأنها تعنى قدرة الفرد على التواصل مع الآخرين ، وتحقيق الأهداف ، والالتزامات والواجبات بدرجة مقبولة ، دون الإضرار بالآخرين .

٣ - **تعريف سبنس (Spence, 1980)** للمهارة الاجتماعية بأنها تشير إلى مكونات السلوك الاجتماعى اللازمة لتحقيق رغبات وأهداف الأفراد من التفاعل الاجتماعى .

٤ - **تعريف إليس (Ellis, 1980)** للمهارة الاجتماعية - فى ضوء الربط بين كل من التوجه نحو الهدف والمكون التفاعلى - بأنها تشير إلى مترتبات سلوك الفرد الذى يتفاعل مع الآخرين .

٥ - **عرف أرجايل (Argyle, 1981)** السلوك الماهر اجتماعيًا بأنه السلوك الاجتماعى المؤثر فى تحقيق أهداف المتفاعلين .

٦ - **تعريف بوك (Buck, 1991, P. 87)** للمهارة الاجتماعية بأنها تشير إلى قدرات نوعية للتعامل بفاعلية مع الآخرين فى مواقف محددة . وتتضمن أهدافًا سواء فيما يتعلق بالشخص أو العلاقات بين الأشخاص .

الفئة الثانية : تعريف المهارة الاجتماعية فى ضوء التدعيمات الإيجابية والسلبية :

١ - **تعريف ليبيت وليفنسون (Libet & Lewinson, 1973)** للمهارة الاجتماعية بأنها تعنى القدرة المركبة على زيادة معدل التدعيم الإيجابى ، وتناقص قوة العقاب أو التدعيم السلبى من قبل الآخرين . بمعنى آخر قدرة الفرد على إصدار السلوكيات التى تحظى بتقدير وتدعيم الآخرين ، وتجنب السلوكيات التى تثير معارضة الآخرين ، وعقابهم .

٢ - **تعريف هرسن وبلاك (Hersen & Bellack, 1976)** للمهارة الاجتماعية بأنها تعنى قدرة الفرد على التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية فى سياق العلاقة بين الأشخاص ، دون أن يترتب على ذلك إحساس بالحاجة إلى التدعيم الاجتماعى ، فى مجالات واسعة ومتنوعة ، وتشتمل على الاستجابات الملائمة اللفظية وغير اللفظية .

٣ - **تعريف كيلى (Kelley, 1982)** للمهارة الاجتماعية بأنها سلوكيات متعلمة يستخدمها الأفراد فى مواقف التفاعل للحصول على تدعيم من البيئة .

الفئة الثالثة : تعريف المهارة الاجتماعية فى ضوء المظاهر والعمليات المختلفة التى تشتمل عليها .

١ - **تعريف ميشيل أرجايل (Argyle, 1969)** للمهارة Skill بأنها نشاط منظم ومتآزر يرتبط بموضوع وموقف معين . ويتضمن هذا النشاط مجموعة أو سلسلة من الميكانيزمات الإدراكية والحسية والمعرفية والحركية .

٢ - **تعريف فان هاسلت وآخرين (Van Hasselt, et al,. 1979)** للمهارة الاجتماعية - من خلال استعراضه لعدد من التعريفات التى قدمها الباحثون فى هذا الشأن - بأنها تشتمل على ثلاثة عناصر أساسية تتمثل فى الآتى:

(أ) موقف نوعى يختلف باختلاف الظروف والسياق .

(ب) فاعلية أو كفاءة التفاعل بين الأشخاص . ويتم تقديرها من خلال مكونات الاستجابة اللفظية وغير اللفظية للفرد .

(جـ) دور الشخص الآخر وتأثير العلاقات بين الأشخاص ، أو القدرة على السلوك دون إلحاق الضرر «لفظى أو جسمى» بالآخرين .

وقد أوضح «فان هاسلت» أن هذه العناصر تشكل الأبعاد الأساسية للمهارة الاجتماعية .

٣ - تعريف هارجى وآخرين (Hargie, et al, 981, pp. 12 - 14) للمهارة الاجتماعية بأنها تتضمن وجهة الهدف والسلوكيات الاجتماعية الملائمة للموقف ، والمرتبطة فيما بينها ، وهى سلوكيات متصلة ، وتخضع لتحكم الفرد .

وأوضح هارجى وزملاؤه أن هذا التعريف يشتمل على ستة ملامح أساسية للمهارات الاجتماعية هى :

(أ) السلوكيات الماهرة اجتماعيًا ذات الهدف المحدد .

(ب) الارتباط بين هذه السلوكيات .

(جـ) ملاءمة المهارات الاجتماعية للموقف .

(د) تعريف المهارات الاجتماعية فى ضوء جوانب محددة من سلوك الفرد .

(هـ) تتضمن المهارات الاجتماعية سلوكيات يتم تعلمها فى ضوء مبادىء ونظريات التعليم الاجتماعى .

(و) تشتمل المهارات الاجتماعية على قدرة الفرد على الضبط المعرفى لسلوكه .

الفئة الرابعة : تعريفات فارقة :

وتتضمن هذه الفئة التعريفات التى حاول أصحابها التمييز بين مفهوم المهارات الاجتماعية وبعض المفاهيم الأخرى المرتبطة بها مثل مفهوم الكفاءة الاجتماعية ، ومفهوم توكيد الذات ، ومفهوم الشخصية ، وذلك على النحو التالى :

١ - مفهوم الكفاءة الاجتماعية Social Competence :

غالبًا ما ينظر إلى المهارات الاجتماعية على أنها جزء من بناء واسع يطلق عليه الكفاءة الاجتماعية . وتشير الكفاءة الاجتماعية إلى قدرة الفرد على التفاعل بفاعلية والتكيف مع البيئة ، وتحقيقه لأهدافه الشخصية والمهنية من خلال تكوين علاقات مع الآخرين ، لها طابع الاستمرار ، وتمكن الفرد من التأثير فى الآخرين (Grahm, 1986, p. 131) .

كما تعرف الكفاءة الاجتماعية بأنها تعنى الحصول على الأهداف الاجتماعية فى سياقات اجتماعية معينة ، وذلك بواسطة استخدام الوسائل الملائمة (Ford, 1982) .

وفى هذا المجال يفرق بوك (Buck 1991, p. 87) بين كل من الكفاءة الاجتماعية ، والتى تعنى قدرة الفرد على التعامل مع البيئة الاجتماعية ، والكفاءة الانفعالية ، والتى تشير إلى التعامل مع البيئة الداخلية الخاصة بالمشاعر والرغبات .

وأشار بوك إلى العلاقة الوثيقة بين هذين النوعين من الكفاءة . وأوضح أهمية التفاعل بين كل من المزاج Temperament «باعتباره استعدادًا انفعاليًا فطريًا يقوم على ميكانيزمات عصبية أو هرمونية» ، وبين المهارات الاجتماعية ، فالمزاج من وجهة نظره هو المحدد لطبيعة البيئة الاجتماعية الانفعالية الخاصة بالعلاقات بين الأشخاص فى العديد من المواقف (المرجع السابق ، ص ص٨٥ - ٨٦) .

٢ - مفهوم التوكيد Assertiveness :

يتعامل البعض مع التوكيد والمهارات الاجتماعية على أنهما مترادفان . ولكن التصور الأكثر قبولاً هو التعامل مع المهارات الاجتماعية على أنها تشتمل على مهارتين رئيستين هما توكيد الذات ، والقدرة على إقامة علاقات وثيقة مع الآخرين (اسامة أبو سريع ، ١٩٨٦ ، طريف شوقى ، ١٩٨٨) .

وفى ضوء هذا التصور يتم التعامل مع السلوك التوكيدى على أنه مهارة اجتماعية تمكن الفرد من الدفاع عن نفسه وعن حقوقه ، والتعبير عن مشاعره وآرائه بطريقة تلقائية وملائمة اجتماعيًا ، شريطة احترام حقوق الآخرين . أما فيما يتعلق بإقامة علاقات وثيقة مع الآخرين فهى مهارة تعمل على اقتراب الفرد من الآخرين والتودد إليهم ، وجعله أكثر قبولاً لديهم .

٣ - مفهوم الشخصية Personality :

فى ضوء العلاقة بين كل من المهارات الاجتماعية والشخصية ، تعامل بعض الباحثين مع المهارات الاجتماعية على أنها بمثابة مكونات مركزية أو أساسية فى بناء شخصية الفرد (انظر فى ذلك : (Riggio, et al., 1985) .

وفى مقابل هؤلاء هناك من يرى بعض أوجه الاختلاف بين المفهومين ، حيث يعد مفهوم الشخصية أكثر شمولاً وعمومية ، فى حين تتركز المهارات الاجتماعية على جوانب نوعية محددة ترتبط بموقف معين . كذلك يشير مفهوم الشخصية إلى الأهداف والتفضيلات ، فى حين تشير المهارات إلى إنجاز وتحقيق هذه الأهداف (Phillips, 1985, Gilbert & Gilbert, 1991, p. 3) .

الفئة الخامسة: تعريف المهارات الاجتماعية فى إطار علاقتها بالتخاطب أو التواصل اللفظى وغير اللفظى .

ومن التعريفات التى تقع تحت هذه الفئة ما يأتى :

١ - تعريف ولكنسون وكانتر (Wilkinson & Canter, 1982) للمهارات الاجتماعية بأنها تعنى السلوكيات الأساسية المؤثرة فى التخاطب اللفظى وغير اللفظى .

٢ - وفى هذا المجال أوضح هارجى ومارشال (Hargie & Marshall, 1986) أن السلوك الاجتماعى ينقسم إلى نوعين :

- **الأول** : ويتمثل فى مجال التخاطب اللفظى ، والذى يشتمل على كل من السلوك اللغوى ، والسلوك ما وراء اللغوى Paralinguistic (مثل نغمة وإيقاع الصوت) .

- **الثانى** : مجال التخاطب غير اللفظى ، ويتركز الاهتمام هنا على الجوانب أو المظاهر غير اللفظية ، والتى نشط البحث فيها بشكل واضح خلال فترة السبعينيات ، واستخدمت الأدوات والتقنيات الحديثة فى هذا المجال (Mehrabin, 1970; Fast, 1972) .

ومن الجوانب التى حظيت باهتمام الباحثين فى مجال التخاطب غير اللفظى بوجه عام ، وفى مجال الكشف عن الانفعالات بوجه خاص ما يأتى :

(أ) التعبيرات الوجهية : Facial Expressions ، باعتبارها من أهم المصادر فى الكشف عن مشاعر الفرد وانفعالاته واتجاهاته .

(ب) الاتصال بالعين : Eye - Contact ، وتشير إلى طول الفترة التى ينظر فيها الفرد إلى الطرف الآخر منذ بدء التفاعل وحتى نهايته .

(جـ) لغة الجسم : وتشير إلى أوضاع وحركات الجسم المختلفة ، ومدى تزامن الكلام مع الحركات «مثل حركات اليدين ، والأصابع ، والذراع ، وحركات الرأس ، والإيماءات» .

(انظر : Grahm, 1986'; Weber, 1992)

٣ - وفى هذا الإطار قدم «رونالد ريجيو» R.E. Riggio تعريفه لمفهوم المهارات الاجتماعية فى ضوء تقسيمه لها إلى نوعين :

- الأول : مهارات التخاطب غير اللفظى أو الانفعالى :

Nonverbal or Emotional Communicauion Skills.

- الثانى : مهارات التخاطب اللفظى أو الاجتماعى :

Verbal or Social Communication Skills.

وأوضح «ريجيو» أن كلاً من هذين النوعين يشتمل على ثلاث مهارات أساسية هى :

١ - **مهارات الإرسال :** Sending ، تشير إلى الجانب التعبيرى Expressivity حيث قدرة الأفراد على التواصل أو التخاطب .

٢ - **مهارات الاستقبال :** Receiving ، ويقصد بها الحساسية Sensitivity ، حيث مهارة الأفراد على استقبال الرسائل التى ترد إليهم من الآخرين ، والقدرة على تفسيرها .

٣ - **مهارات التنظيم أو الضبط :** Controlling ، وتشير إلى مهارة الأفراد على تنظيم عملية التخاطب فى الموقف الاجتماعى (Riggio, 1986; 1989) .

وفى ضوء هذا التصور قام «ريجيو» بإعداد قائمة (بطارية) المهارات الاجتماعية Social Skills Inventory (SSI) والتى اشتملت على ستة مقاييس

فرعية ، مقسمة بالتساوى على كل من التخاطب غير اللفظى أو الانفعالى ، والتخاطب اللفظى أو الاجتماعى ، وذلك على النحو التالى :

القسم الأول : مهارات التخاطب غير اللفظى أو الانفعالى :

ويشتمل على المقاييس الثلاثة التالية :

١ - التعبير الانفعالى Emotional Expressivity :

ويشير إلى مهارة الأفراد على التخاطب غير اللفظى ، خاصة فيما يتعلق بإرسال الرسائل الانفعالية ، وقدرة الفرد على التعبير بدقة عن مشاعره وحالته الانفعالية .

٢ - الحساسية الانفعالية Emotional Sensitvity :

ويقصد بها القدرة على استقبال وتفسير أشكال التخاطب غير اللفظى مع الآخرين . ويتسم الأفراد ذوو الحساسية الانفعالية بالدقة فى تفسير الهاديات Cues الانفعالية الصادرة عن الآخرين ، كما أنهم أكثر استثارة انفعاليًا بواسطة الآخرين .

٣ - الضبط الانفعالى Emotional Control :

ويقصد به قدرة الفرد على ضبط وتنظيم التعبيرات الانفعالية غير اللفظية ، وإخفاء انفعالاته ومشاعره تحت قناع معين بما يناسب الموقف الاجتماعى الذى يوجد فيه .

القسم الثانى : مهارات التخاطب اللفظى أو الاجتماعى :

ويشتمل على المقاييس الثلاثة التالية :

٤ - التعبير الاجتماعى Social Expressivity :

ويشير إلى مهارة الفرد وقدرته على التعبير اللفظى ، ومشاركة الآخرين فى المواقف الاجتماعية ، والحديث بطلاقة وكفاءة فى هذه المواقف .

٥ - الحساسية الاجتماعية Social Sensitivity :

وتشير إلى قدرة الفرد وحساسيته وفهمه وإدراكه للمعايير والقواعد التى تحكم السلوك الاجتماعى المقبول .

٦ - الضبط الاجتماعى : Social Control :

ويتركز على مهارة لعب الدور ، وحضور الذات اجتماعيًا Social Self - presentation ويتسم الأشخاص المرتفعون فى الضبط الاجتماعى بالثقة فى النفس ، والقيام بأدوار اجتماعية عديدة ، والتكيف مع المواقف الاجتماعية ، والقدرة على تحديد اتجاه ومضمون التخاطب أثناء التفاعل الاجتماعى . (Riggio, 1989, pp. 2 - 3) .

ثانيًا : وصف قائمة (بطارية) المهارات الاجتماعية (*)
Solial Skills Inventory (SSI)

وهى من إعداد «رونالد ريجيو» R. E. Riggio سنة ١٩٨٩ . قام الباحث بترجمتها إلى اللغة العربية . وتشتمل على ٩٠ بندًا موزعة على ستة مقاييس فرعية ، بواقع ١٥ بندًا لكل مقياس . وذلك على النحو التالى :

١ - مقياس التعبير الانفعالى : Emotional Expressivity (EE) . ويقيس مهارة الأفراد على التخاطب غير اللفظى ، وقدرتهم على التعبير عن مشاعرهم وحالتهم الانفعالية .

٢ - مقياس الحساسية الانفعالية : Emotional Sensitivity (ES) . ويكشف عن قدرة الفرد على استقبال وتفسير أشكال التخاطب غير اللفظى الصادرة عن الآخرين .

٣ - مقياس الضبط الانفعالى : Emotional Control (EC) . ويتركز حول قدرة الفرد على ضبط تعبيراته الانفعالية وغير اللفظية بما يناسب الموقف الاجتماعى الذى يوجد فيه .

٤ - مقياس التعبير الاجتماعى : Social Expressivity (SE) . ويشير إلى مهارة الفرد على التعبير اللفظى ومشاركة الآخرين فى المواقف الاجتماعية .

٥ - مقياس الحساسية الاجتماعية : Social Sensitivity (SS) . ويقيس قدرة الفرد على الاستقبال اللفظى وفهمه لمعايير وقواعد السلوك الاجتماعى الملائم .

(*) تشتمل الصورة الأولى من مقياس المهارات الاجتماعية الذى صممه رونالد ريجيو R. Riggio عام ١٩٨٦ ، على بعد سابع من أبعاد المهارات الاجتماعية هو المراوغة الاجتماعية Social Manipulation ، ويشير إلى الميل لمراوغة (خداع) الآخرين، والتلاعب فى جوانب الموقف الاجتماعى للحصول على نتائج مقبولة (السيد السمادونى ، ١٩٩١ ؛ Riggio 1986 . =

٦ - مقياس الضبط الاجتماعى : Social Control (SC) . ويشير إلى مهارة لعب الدور والتكيف مع المواقف الاجتماعية والقدرة على تحديد مضمون واتجاه التخاطب أثناء التفاعل الاجتماعى .

وقد ركز «ريجيو» فى إعداده لهذه المقاييس على نوعين من التخاطب ، يتعلق أولهما بالتخاطب غير اللفظى أو الانفعالى ، ويختص الثانى بالتخاطب اللفظى أو الاجتماعى . وأشار إلى أن المهارات الأساسية المتضمنة فى كل من هذين النوعين تتمثل فى مهارات الإرسال ، ومهارات الاستقبال ، ومهارات التنظيم أو الضبط .

وفى ضوء ذلك فإن المقاييس من الأول إلى الثالث أعدت لقياس مهارات التخاطب غير اللفظى أو الانفعالى ، والمقاييس من الرابع إلى السادس خصصت لقياس مهارات التخاطب اللفظى أو الاجتماعى .

= وتختلف طريقة الإجابة فى هذه الصورة الأولى عن الثانية والتى استخدمناها فى الدراسة الحالية . ففى الصورة الأولى يتم تقدير المبحوث للبند فى ضوء مقياس مكون من تسع نقاط ، تبدأ بأقل تقدير (-٤) حيث لا ينطبق البند على الاطلاق ، وتنتهى بأعلى تقدير (+٤) حيث ينطبق البند تمامًا . أما فى الصورة الثانية والتى استخدمناها فتشتمل على خمس نقاط تبدأ من (١) حيث لا ينطبق البند على الاطلاق إلى (٥) حيث ينطبق البند تمامًا على المبحوث .

وقد أشار ريجيو إلى أنه يفضل هذه الطريقة الثانية التى تتضمن خمس نقاط . وذلك نظرًا لسهولتها ، ولعدم وجود فروق جوهرية بينها وبين الطريقة الأولى من حيث دقة القياس ، وفيما يتعلق بالثبات والصدق (Riggio, 1989) .

وتجدر الإشارة إلى أن الباحث قد استفاد عند ترجمته لمقياس المهارات الاجتماعية من الترجمة السابقة لهذا المقياس التى قام بها كل من السيد السمادونى (١٩٩١) ومحمد السيد (١٩٩٢) .

وفيما يتعلق بمبررات القيام بترجمة مقياس المهارات الاجتماعية مرة أخرى فتتمثل فى أن الباحث عندما قام بمراجعة الترجمة السابقة لبنود المقياس مع الأصل الانجليزى ، وجد أن هناك ما يقرب من ٦٠٪ من البنود فى حاجة إلى إعادة صياغة . كما تبين من خلال دراسة استطلاعية قام بها الباحث على عينة من الطلاب ، أن هناك بعض البنود غير مفهومة من قبل الطالبات ، وبالتالى تحتاج إلى مزيد من التحديد والوضوح بما يتفق والأصل الانجليزى للمقياس .

ثالثا : التصحيح وتقدير الدرجة على المقياس

وفيما يتعلق بطريقة إجابة المبحوث على بنود مقياس المهارات الاجتماعية فتتمثل فى تقدير كل بند من البنود فى ضوء خمس نقاط ، تبدأ من (١) حيث لا ينطبق البند على الإطلاق إلى (٥) حيث ينطبق البند تمامًا .

يحصل المبحوث على درجة لكل مقياس فرعى من المقاييس الستة (تتراوح بين ١٥ ، ٧٥) وكذلك عل درجة كلية تتراوح بين (٩٠ - ٤٥٠) عبارة عن مجموع درجاته على المقاييس الفرعية . وقد روعى عند تصحيح الدرجات عكس البنود السلبية والتى هى فى الاتجاه العكسى للمهارة . وبلغ عددها ٣١ بندًا من إجمالى عدد البنود البالغ ٩٠ بندًا .

ويوضح الجدول التالى (١) البنود الخاصة بكل مقياس فرعى ، والبنود التى يجب عكس الدرجات عليها :

جدول رقم (١)

الأبعاد الفرعية لمقياس المهارات الاجتماعية

والبنود الخاصة بها

البعد	أرقام البنود فى القياس (*)	عدد البنود
١ - التعبير الانفعالى Emotional Expressivity (EE)	١-٧-١٣-١٩-٢٥-٣١-٣٧-٤٣-٤٩-٥٥-٦١-٦٧-٧٣-٧٩-٨٥	١٥
٢ - الحساسية الانفعالية Emotional Sensitivity (ES)	٢-٨-١٤-٢٠-٢٦-٣٢-٣٨-٤٤-٥٠-٥٦-٦٢-٦٨-٧٤-٨٠-٨٦	١٥
٣ - الضبط الانفعالى Emotional Control (EC)	٣-٩-١٥-٢١-٢٧-٣٣-٣٩-٤٥-٥١-٥٧-٦٣-٦٩-٧٥-٨١-٨٧	١٥
٤ - التعبير الاجتماعى Social Expressivity (SE)	٤-١٠-١٦-٢٢-٢٨-٣٤-٤٠-٤٦-٥٢-٥٨-٦٤-٧٠-٧٦-٨٢-٨٨	١٥
٥ - الحساسية الاجتماعية Social Sensitivity (SS)	٥-١١-١٧-٢٣-٢٩-٣٥-٤١-٤٧-٥٣-٥٩-٦٥-٧١-٧٧-٨٣-٨٩	١٥
٦ - الضبط الاجتماعى Social Control (SC)	٦-١٢-١٨-٢٤-٣٠-٣٦-٤٢-٤٨-٥٤-٦٠-٦٦-٧٢-٧٨-٨٤-٩٠	١٥
اجمالى بنود المقياس		٩٠

* هذه البنود التى يوجد تحتها خط يتم عكس الدرجات عليها على النحو التالى :

١ ← ٥

٢ ← ٤

٣ ← ٣

٤ ← ٢

٥ ← ١

رابعًا : ثبات المقياس

تم تقدير ثبات المقياس بوجه عام «الدرجة الكلية» وكل من المقاييس الستة الفرعية بطريقة الاختبار - إعادة الاختبار ، بفاصل زمنى حوالى عشرة أيام . وذلك لدى عينة من الطالبات قوامها (٣٠) طالبة . وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين مرتى التطبيق بالنسبة للدرجة الكلية على المقياس بوجه عام ، والدرجات الكلية لكل مقياس من المقاييس الفرعية . ويوضح الجدول التالى معاملات ثبات المقياس والمقاييس الفرعية .

جدول رقم (٢)

يوضح معاملات ثبات الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية والمقاييس الفرعية (طريقة إعادة الاختبار)

	المقياس	معامل الثبات
١	الدرجة الكلية للمقياس	٠,٨٦٦
٢	التعبير الانفعالى	٠,٧١٢
٣	الحساسية الانفعالية	٠,٦٩١
٤	الضبط الانفعالى	٠,٩٣٠
٥	التعبير الاجتماعى	٠,٩٣٧
٦	الحساسية الاجتماعية	٠,٥٤٥
٧	الضبط الاجتماعى	٠,٩٣٣

ويتضح من هذا الجدول (٢) أن معاملات ثبات المقياس والمقاييس الستة الفرعية التى يشتمل عليها هى معاملات مرضية . مما يشير إلى إمكانية التعامل مع هذه المقاييس بدرجة معقولة من الثقة .

خامسًا : صدق المقياس

اعتمدنا فى تقدير صدق مقياس المهارات الاجتماعية على طريقتين نعرض لهما على النحو الآتى :

١ - طريقة الاتساق الداخلى : Internal Consistency

وتشير هذه الطريقة إلى أن مجموع إجابات الفرد على الأسئلة أو البنود التى تتناول جوانب مختلفة لمجال واحد تلتقى فيما بينها على تكوين صورة متكاملة خالية من التناقضات الداخلية (Anastasei, 1982) . وقد حُسبت معاملات الارتباط بين المقاييس الستة الفرعية للمهارات الاجتماعية لدى عينة مكونة من (٢٠٠) طالبة جامعية . والنتائج موضحة فى الجدول التالى :

جدول رقم (٣)

معاملات الارتباط بين المقاييس الفرعية للمهارات الاجتماعية

المتغيرات	(١)	(٢)	(٣)	(٤)	(٥)	(٦)
١ - التعبير الانفعالى	١,٠					
٢ - الحساسية الانفعالية	,١٢٩	١,٠				
٣ - الضبط الانفعالى	,٤٧٩-	,١٦٠	١,٠			
٤ - التعبير الاجتماعى	,٣٧٢	,٣٠٥	,٠٣٠	١,٠		
٥ - الحساسية الاجتماعية	,١٣٢	,١٤٥	,٢٧١	,٠٠٦-	١,٠	
٦ - الضبط الاجتماعى	,٢٠٦	,٣٠٦	,١٥٣	,٦١٠	,٣١٠-	١,٠

,١٣٨ دال عند مستوى ٠,٠٥

,١٨١ دال عند مستوى ٠,٠١

وتبين النتائج الواردة فى الجدول السابق (٣) أنه يوجد أحد عشر معامل ارتباط دالاً إحصائيًا «ثلاثة منها عند مستوى ٠,٠٥ وثمانية عند مستوى ٠,٠١» . وذلك من إجمالى معاملات المصفوفة الارتباطية ، والبالغ عددها خمسة عشر معاملاً .

وقد ارتبط الضبط الانفعالى ارتباطًا إيجابيًا بالحساسية الانفعالية ، وسلبيًا بالتعبير الانفعالى.

وارتبط التعبير الاجتماعى إيجابيًا بكل من التعبير الانفعالى والحساسية الانفعالية.

كما ارتبطت الحساسية الاجتماعية إيجابيًا بكل من الحساسية الانفعالية ، والضبط الانفعالى.

أما الضبط الاجتماعى فقد ارتبط إيجابيًا بخمسة متغيرات هى: التعبير الانفعالى والحساسية الانفعالية، والضبط الانفعالى، والتعبير الاجتماعى، والحساسية الاجتماعية.

كما تم حساب معامل الارتباط «بيرسون» بين الدرجة الكلية لكل مقياس من المقاييس الستة الفرعية ، والدرجة الكلية للمقياس بوجه عام ، وذلك لدى عينة من الطالبات (ن = ٢٠٠) . وأوضحت النتائج ما يأتى :

جدول رقم (٤)

يبين معاملات الارتباط «بيرسون» بين كل مقياس

من المقاييس الفرعية والمقياس العام للمهارات الاجتماعية (ن = ٢٠٠)

	المقياس	معامل الارتباط
١	التعبير الانفعالى	٠,٣٤٦
٢	الحاسية الانفعالية	٠,٦٧٠
٣	الضبط الانفعالى	٠,٢٩٤
٤	التعبير الاجتماعى	٠,٧٨٢
٥	الحساسية الاجتماعية	٠,١٤١
٦	الضبط الاجتماعى	٠,٧٢٢

٠,١٣٨ دال عند ٠٥ و ، ٠,١٨١ دال عند ٠,٠١

ويتضح من هذا الجدول (٤) أن جميع معاملات الارتباط بين المقاييس الفرعية والمقياس العام دالة إحصائيا . مما يشير إلى الاتساق الداخلى للمقياس وصدقه فى قياسه للظاهرة موضع الدراسة (Anastasi, 1982, P. 146 - 147) . وعلى الرغم من دلالة ارتباط الحساسية الاجتماعية بالمقياس العام ، فإنه ارتباط منخفض ويحتاج إلى إعادة النظر إليه فى الدراسات التالية .

٢ - طريقة الصدق العاملى :

تم حساب معاملات الارتباط المستقيم بين المقاييس الستة الفرعية لدى عينة من طلاب الجامعة (ن = ٢٠٠) . ثم أجرى التحليل العاملى لهذه المصفوفة الارتباطية ، والتدوير المائل .

وأسفرت نتائج التحليل العاملى من الدرجة الأولى عن انتظام المقاييس أو الأبعاد الستة لمقياس المهارات الاجتماعية فى ثلاثة عوامل استوعبت ٧٨,٩٪ من التباين .

جدول رقم (٥)

مصفوفة عوامل الدرجة الأولى للمهارات الاجتماعية

قبل وبعد التدوير المائل

العوامل / المتغيرات	قبل التدوير			بعد التدوير			قيم الشيوع
	(١)	(٢)	(٣)	(١)	(٢)	(٣)	
١ - التعبير الانفعالى	٠,٥٦٤	٠,٦٢٣-	٠,٢٣٥-	٠,٤٠١	٠,٧٧٤-	٠,٠٥٥	٠,٧٦٢٣
٢ - الحساسية الانفعالية	٠,٥٤٩	٠,١١٢	٠,٦٨٦	٠,٤٤٢	٠,٢٧٩	٠,٧٠٨	٠,٧٨٥٥
٣ - الضبط الانفعالى	٠,٠٦١-	٠,٨٤٤	٠,٢٩٧	٠,١٢٨	٠,٨٨٧	٠,٠١٩	٠,٨٠٥٨
٤ - التعبير الاجتماعى	٠,٨٥٦	٠,٠٠١-	٠,٠٣٠-	٠,٨١٩	٠,٢٠١-	٠,١١١	٠,٧٣٥١
٥ - الحساسية الاجتماعية	٠,٠٨٣-	٠,٦٣٢-	٠,٦٤٨	٠,٣٦٠-	٠,٢٥٤-	٠,٧٩١	٠,٨٢٧٠
٦ - الضبط الاجتماعى	٠,٨٠٨	٠,٣٥٨	٠,١٨٠-	٠,٨٦٧	٠,٠٥٩	٠,١٤٧-	٠,٨١٤٩
الجذر الكامن	٢,٠١٩	١,٦٤٣	١,٠٦٨	١,٩٢٤	١,٥٨٨	١,١٦٤	
نسبة التباين	٣٣,٧	٢٧,٤	١٧,٨	٣٢,٠٨	٢٦,٤٧	١٩,٤٠	٧٨,٩

ويكشف الجدول السابق (٥) عن انتظام المهارات الاجتماعية الست فى ثلاثة عوامل استوعبت ٧٨,٩٪ من التباين . وقد أمكن تحديد هوية هذه العوامل بعد التدوير المائل فى ضوء المتغيرات التى تَشبَّعت عليها . وسوف نكتفى بأكبر تَشبُّع للمتغير على عامل واحد فقط . وذلك على النحو التالى :

- **العامل الأول** : التعبير والضبط الاجتماعى : واستوعب ٣٢٪ من التباين . وتَشبَّع عليه كل من التعبير الاجتماعى والضبط الاجتماعى .

- **العامل الثانى** : التعبير الانفعالى - مقابل - الضبط الانفعالى : واستوعب ٢٦,٤٧٪ من التباين . وتَشبَّع عليه كل من التعبير الانفعالى والضبط الانفعالى .

العامل الثالث : الحساسية الانفعالية والاجتماعية : واستوعب ١٩,٤٪ من التباين . وتَشبَّع عليه كل من الحساسية الانفعالية ، والحساسية الاجتماعية .

وعلى الرغم من اتفاق هذه النتائج التى خرجنها بها فى بعض جوانبها مع تصور ريجيو ، فإن القضية المهمة التى يجب الوقوف عندها ومحاولة حسمها هى القيام بالتحليل العاملى على بنود المقياس وليس المقاييس النوعية . وذلك حتى نتمكن من الكشف عن مدى انتظام بنود المقياس حول العوامل أو المكونات الستة التى افترضها ريجيو .

المراجـــع

أولاً : المراجع العربيـة :

١ - أسامة سعد أبو سريع (١٩٨٦) **اضطراب المهارات الاجتماعية لدى المرضى النفسيين** . رسالة ماجستير ، كلية الآداب ، جامعة القاهرة .

٢ - أسامة سعد أبو سريع (١٩٩٣) **الصداقة من منظور علم النفس** . المجلس الوطنى للثقافة والفنون والآداب بالكويت ، سلسلة عالم المعرفة ، ١٧٩ .

٣ - السيد إبراهيم السمادونى (١٩٩١) **مقياس المهارات الاجتماعية** ، كراسة التعليمات . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

٤ - طريف شوقى (١٩٨٨) **أبعاد السلوك التوكيدى ، وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية** . رسالة دكتوراه ، كلية الآداب جامعة القاهرة .

٥ - طريف شوقى (١٩٨٩) المهارات الاجتماعية ، توكيد الذات . فى عبد الحليم محمود السيد وآخرين ، **علم النفس الاجتماعى** (ص ص٤٤٣ - ٤٨١) . القاهرة : دار آتون للنشر .

٦ - محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٢) **اختبار المهارات الاجتماعية** . القاهرة . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

٧ - يوسف عبد الفتاح (١٩٨٩) مكونات العلاقة بين اتجاهات الأمهات فى التنشئة الاجتماعية (كما يدركها الأبناء) وبين شخصياتهم . **المؤتمر السنـوى الخامس لعلـم النفس فى مصر** ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، ص ص١٤٠ - ١٧٢ .

ثانيا : المراجع الأجنبية :

8 - Anastasi, A. (1982) ***Psychological Testing.*** New York: MacMillan Pup. Co.

9 - Argyle, M. & Kendon, A. (1967) The Experimental Analysis of Social performance. In L. Berkowitz (Ed.) ***Advances in Expeimntal Social Psychology*** (Vol. 3). New York : Acadeic Press.

10 - Argyle, M. (1969) ***Social Interaction.*** London: Tavistock pub. Methuen Co.

11 - Argyle, M. (1976) ***Bodily Communication.*** London: Methuen & Co.

12 - Argyle, M. (1981) Social Competence and Mental Health. In M. Argyle (Ed.), ***Social Skills and Health*** (pp. 159 - 187). London: Methuen & Co. Ltd.

13 - Argyle, M. (1992) ***The Social Psychology of Everyday life.*** London: Routledge.

14 - Buck, R. (1991) Temperament, Social Skills, And The Communication of Emotion: A Developmental, Interactionist View. In D.J. Gilbert & J.J. Connolly (Eds.), ***Personality, Social Skills and Psychopathology, An Individual Differences Approach*** (pp. 85 - 105). New York: Plenum Press.

15 - Combs, M. & Slaby, D. (1977) Social Skills Training with Childern. In B.B. Lahey & A.E. Kazdin (Eds.), ***Advances in Clinical Child Psycholog.*** New York: Plenum.

16 - Dishion, T.J. (1990) The Family Ecology of Boys Peer Relations in Middle Childhood. ***Child Developent,*** 61, 874 - 892.

17 - Ellis, R. (1980) Simulated Social Skill Training for Interpersonal Professions. In W.T. Signleton, P. Spurgeon & R. Stammers (Eds.) ***The Analysis of Social Skill.*** New York: Plenum Press.

18 - Fast, J. (1972) ***Body Language.*** London: Pan Books.

19 - Fitts, P. & Prosner, M. (1967) ***Human Performance.*** Blemont: Brooks - Cole.

20 - Ford, M.E. (1982) Social Cognition and Social Competence in Adolescence. ***Developmental Psychology,*** 18,3 323 - 340.

21 - Gilbert, B.O. & Gilbert, D.G. (1991) Personality, Social Skills, and Disturbed Behavior Patterns, An Introduction to the Issues. In D.G. Gilbert & j.j. Connlooy (Eds.) ***Personality, Social Skills, and Psychopathology*** (pp. 1-15) New York: Plnum Press.

22 - Grahm, H. (1986) Social Skills. In A. Gellatly (Ed.) ***The Skiful Mind, An Introduction to Cognitive Psychology*** (pp. 130-142). Milton Keynes: Open University Press.

23 - Greshman, F.M. (1986) Conceptual Issues in The Assessment of Social Competence in Childern. In P.S. Strain, M.J. Guralnick & H.M. Walker (Eds.) ***Childern Social Behavior, Developmental Assessment and Modification*** (pp. 143-180) New York: Academic Press.

24 - Hargie, O., Saunders, C. & Dickson, D. (1981) ***Social Skills in Interpersonal Communication.*** Bckenham: Croom Helm.

25 - Hargie, O. & Marshall, P. (1986) Interpersonal Communication: Theoretical Framework. In O. Hargie (Ed.), ***A Handbook of Communication Skills*** (pp. 22-56). London: Croom Helm.

26 - Hersen, J. & Belleck, A.S. (1976) ***Behavioral Assessment.*** New York: Perganon Press.

27 - Kelley, J. (1982) ***Social Skills Training, A Practical Guide for Interventions.*** New York: Springer.

28 - Libert, J. & Lewinson, P. (1973) The Concept of Social Skill With Special Reference to the Behavior of Depressed Persons. ***Journal Of Consulting and Clinical Psychology,*** 40, 304-312.

29 - Mehrabin, A. (1970) ***Non Verbal Communication.*** Chicago, Aldine Atherton.

30 - Phillips, E. (1978) ***The Social Skills Basis of Psychopathology.*** New York: Grune & Stratton.

31 - Philips, E.L. (1985) Social Skills, History and Prospect. In L.L. Abate & M.A. Milan (Eds.), ***Handbook of Social Skills Training and Research*** (pp. 3-21). New York: Wiley.

32 - Prontnoff, G. (1976) ***The Experience of Loneliness Selected Interpersonal Situational And Experimental Aspects.*** Diss. Abs. Int. 39: 2997.

33 - Riggio, R.E. (186) Assessment of Basic Social Skills. ***Journal of Personality and Social Psychology,*** 51, 649-660.

34 - Riggio, R.E. (1989) ***Social Skills Inventory.*** New York: Consulting Psychologists Press.

35 - Riggio, R.E., Widaman, K.F. & Friedman, H.S. (1985) Actual and Perceived Emotional Sendinng and Personality Correlates. ***Journal of Nonverbal Behavoir,*** 9, 69-83.

36 - Shah, A. & Wing, L. (1986) Cognitive Impairement Affecting Social Behavior in Autism. In E. Schopler & G.B. Mesibov (Eds.), ***Social Behavoir in Autism*** (pp. 153-169). New York: Plenum Press.

37 - Spence, S. (1980) ***Social Skills Training with childern and Adolescents.*** Windsor: NFER.

38 - Toch, H. (1980): The Catalyic Situation In the Violence Equation. ***Journal of Applied Social Psychology,*** 15, 105-123.

39 - Van Hasslet, V., Hersen, M., Whitehill, M. & Bellack, A. (1979) Social Skill Assessment and Training for Childern: An Evaluative Review. ***Behavior Research and Therapy,*** 17, 413-437.

40 - Weber, A.L. (1992) ***Social Psychology.*** U.S.A.: Harper Collins Pub.

41 - Wilkinson, J. & Canter, S. (1982) ***Social Skills Training Manual.*** Chichester: Wiley.

قائمة وصف الذات

وضع : رونالد ريجيو

تعريب وإعداد : عبد اللطيف محمد خليفة

التعليمات :

فيما يلى عدد من العبارات التى تصف اتجاهك وسلوكك . اقرأ كل عبارة باهتمام . واختر إجابة واحدة من الإجابات الخمس ، بحيث تنطبق الإجابة مع وجهة نظرك وتعكس بدقة وصفك لنفسك . وذلك على النحو التالى :

* **إذا كانت العبارة :**

- لا تنطبق على الإطلاق تحصل على الدرجة .... (١)
- تنطبق بدرجة ضعيفة تحصل على الدرجة .... (٢)
- تنطبق بدرجة متوسطة تحصل على الدرجة .... (٣)
- تنطبق بدرجة كبيرة تحصل على الدرجة .... (٤)
- تنطبق بدرجة كبيرة جدًا (تمامًا) تحصل على الدرجة .... (٥)

والمطلوب منك هو وضع علامة ( ) تحت الدرجة التى تراها مناسبة من وجهة نظرك .

م	العبـــــارة	لا تنطبق (١)	تنطبق بدرجة ضعيفة (٢)	متوسطة (٣)	كبيرة (٤)	كبيرة جدا (٥)
١	من الصعب على الآخرين أن يعرفوا متى أشعر بالحزن أو الكآبة .					
٢	عندما يتحدث معى أحد الأشخاص فإننى أراقب تحركاته وتصرفاته بقدر استماعى لما يقوله .					
٣	يمكن للناس معرفة حقيقة مشاعرى مهما حاولت وبذلت من جهد لاخفاء هذه المشاعر .					

م	العبـــــارة	لا تنطبق (١)	تنطبق بدرجة ضعيفة (٢)	متوسطة (٣)	كبيرة (٤)	كبيرة جدا (٥)
٤	أستمتع بوجودى فى الحفلات .					
٥	نادرًا ما أشعر بالضيق من النقد أو التوبيخ .					
٦	استطيع التوافق مع كل الناس صغيرهم أو كبيرهم ، غنيهم أو فقيرهم .					
٧	أتحدث بسرعة تفوق معظم الأشخاص .					
٨	القليل من الناس حساسون ومتفاهمون مثلى.					
٩	من الصعب على عادة أن أمنع نفسى من الضحك عندما استمع إلى قصة أو نكتة مضحكة .					
١٠	يستغرق الناس وقتًا لكى يتعرفوا علىّ جيدًا .					
١١	يعد الناس أكبر مصدر لسعادتى وأحزانى .					
١٢	عندما أكون مع مجموعة من أصدقائى أكون غالبًا أنا الشخص المتحدث إليهم .					
١٣	عندما أشعر بالاكتئاب أحاول أن أجعل الآخرين من حولى مكتئبين أيضًا .					
١٤	أثناء وجودى فى الحفلات أستطيع معرفة الشخص الذى يهتم بى .					
١٥	يستطيع الناس معرفة ما إذا كنت متوترًا من خلال تعبيرات وجهى .					
١٦	أحب المشاركة فى الأنشطة الاجتماعية .					
١٧	أحب المشاركة فى المناقشات السياسية عن ملاحظة وتحليل ما يقوله الآخرون .					
١٨	أجد صعوبة أحيانًا فى أن أنظر إلى وجوه وعيون الآخرين عندما أتحدث معهم .					
١٩	يمكن للآخرين معرفة مشاعرى من خلال النظر إلى عينىّ.					

م	العبـــــارة	لا تنطبق	تنطبق بدرجة			
		(١)	ضعيفة (٢)	متوسطة (٣)	كبيرة (٤)	كبيرة جدا (٥)
٢٠	أهتم بمعرفة كل ما يجذب انتباه الناس من إشارات وعلامات .					
٢١	لا أستطيع ضبط انفعالاتى أو التحكم بدقة فى مشاعرى .					
٢٢	أفضل الأعمال التى تحتاج إلى عدد كبير من الأفراد للقيام بها .					
٢٣	أتأثر بدرجة كبيرة بالحالة النفسية للمحيطين بى .					
٢٤	لست ماهرًا فى إجراء محادثات حتى ولو سبق الإعداد لها .					
٢٥	أشعر بالضيق عندما أجرح مشاعر الآخرين .					
٢٦ ٢٧	أستطيع بسهولة فهم طبيعة أى شخص من خلال تعامله مع الآخرين .					
	أستطيع أن أخفى مشاعرى الحقيقية نحو أى شخص .					
٢٨	أختلط عادة بالآخرين أثناء الحفلات والاجتماعات .					
٢٩	أشعر بالقلق على صحة ما أقوله أو أفعله فى بعض المواقف .					
٣٠	أجد صعوبة فى التحدث أمام مجموعة كبيرة من الناس .					
٣١	أضحك عادة بصوت مرتفع .					
٣٢	يمكننى معرفة المشاعر الحقيقية للناس الآخرين مهما حاولوا وبذلوا من جهد لاخفائها .					
٣٣	أستطيع أن أمنع نفسي عن الضحك أو الابتسامة حتي عندما يحاول أصدقائي إضحاكي .					
٣٤	أبادر عادة بتقديم وتعريف نفسي للغرباء .					
٣٥	أعتقد أننى أحيانًا آخذ ما يقوله لى الآخرون بشكل شخصي على أنه يمسنى .					

م	العبـــــارة	لا تنطق (١)	تنطبق بدرجة ضعيفة (٢)	متوسطة (٣)	كبيرة (٤)	كبيرة جدا (٥)
٣٦	عندما أكون مع مجموعة من الأشخاص يضطرب تفكيرى بخصوص مدى صحة الأشياء أو الموضوعات التي يجب أن أتحدث عنها .					
٣٧	أكون مضطربًا فى بعض الأحيان لدرجة أن أصدقائى وأسرتى يدركون أننى منزعج لوجودى معهم .					
٣٨	يمكننى فهم طبيعة أى شخص من مجرد مقابلته لأول مرة .					
٣٩	أجد من الصعب جدًا أن أتحكم فى انفعالاتى.					
٤٠	عادة أكون الشخص الذى يبدأ الحوار فى المناقشة مع الآخرين .					
٤١	أجد أن ما يتوقعه الآخرون منى من تصرفات قد يؤثر علىَّ قليلا وقد لا يؤثر إطلاقًا .					
٤٢	أكون عادة ماهرا جدًا فى إدارة المناقشات الجماعية.					
٤٣	عادة تكون تعبيرات وجهى عادية .					
٤٤	من أعظم الأشياء التى تسعدنى وجودى مع الناس .					
٤٥	يمكننى أن أحتفظ بشكلى الهادئ حتى ولو كنت مضطربا أو قلقًا .					
٤٦	عندما أحكى قصة لشخص ما ، استخدم الكثير من الإشارات والإيماءات لتوضيح ما أقوله .					
٤٧	أكون غالبًا قلقا من أن يسيئ الآخرين فهمهم لما أقوله لهم .					
٤٨	أشعر غالبًا بعدم الارتياح عندما أكون مع مجموعة من الأشخاص يختلفون عنى فى المستوى الاجتماعى .					

م	العبـــــارة	لا تنطبق (١)	تنطبق بدرجة ضعيفة (٢)	متوسطة (٣)	كبيرة (٤)	كبيرة جدا (٥)
٤٩	نادرًا ما أظهر غضبى .					
٥٠	أستطيع أن اكتشف بسرعة الشخص المحتال (الدجال) منذ اللحظة الأولى من مقابلته .					
٥١	عندما ألتقى مع مجموعة من الأفراد بالصدفة يمكننى التكيف معهم بسهولة .					
٥٢	عندما أكون فى مناقشة جماعية فإنى أشارك بنصيب كبير فى الحديث .					
٥٣	يركز والداى (الأب والأم) منذ صغرى على أهمية السلوك الحسن عند مخاطبة الناس والتعامل معهم .					
٥٤	لست ماهرًا فى الاختلاط بالناس أثناء الحفلات .					
٥٥	أقترب من أصدقائى غالبًا عندما أتحدث معهم.					
٥٦	أشعر بالضيق عندما يحكى لى الآخرون مشاكلهم .					
٥٧	بالرغم من أننى قد أشعر بالضيق وأكاد أنفجر، فإنه يمكننى أن أخفى ذلك عن الآخرين .					
٥٨	أستمتع بالحديث مع الآخرين فى الحفلات .					
٥٩	أتأثر بشدة بأى شخص يبتسم لى أو يكشر فى وجهى .					
٦٠	أشعر بعدم الراحة أو بأنى غريب فى الحفلات التى يحضرها بعض الأشخاص المهمين جدًا .					
٦١	يمكننى تحويل حفلة مملة إلى حفلة مليئة بالضحك والمرح .					
٦٢	أبكى أحيانًا عندما أشاهد الأفلام الحزينة .					
٦٣	أستطيع أن أتظاهر بأنى سعيد جدًا فى المواقف الاجتماعية حتى لو كنت غير ذلك فى حقيقة الأمر .					
٦٤	أشعر غالبًا بالعزلة .					
٦٥	أنا حساس جدًا للنقد .					

م	العبـــــارة	لا تنطبق (١)	تنطبق بدرجة ضعيفة (٢)	متوسطة (٣)	كبيرة (٤)	كبيرة جدا (٥)
٦٦	ألاحظ أحيانًا أن الناس من المستويات الاجتماعية الأقل مني يشعرون بعدم الارتياح عندما يجلسون معي .					
٦٧	لا أحب أن أكون موضع اهتمام الآخرين .					
٦٨	من السهل عليّ أن أضحك أى شخص لديه مشكلة للتخفيف عنه .					
٦٩	يمكنني أن أخفي مشاعري القوية .					
٧٠	أستمتع بالذهاب إلى الحفلات الكبيرة ومقابلة أشخاص جدد .					
٧١	يهمني جدًا حب الناس لي .					
٧٢	أخطئ أحيانًا عندما أتحدث مع أشخاص غرباء.					
٧٣	نادرًا ما أظهر مشاعري أو انفعالاتي .					
٧٤	أقضي فترة طويلة لمجرد مراقبة الناس الآخرين.					
٧٥	أستطيع بسهولة أن أتظاهر بالغضب والحزن حتى لو كنت أشعر فعلا بالسعادة .					
٧٦	لا أحب أن أبدأ الحديث مع الغرباء .					
٧٧	أكون عصبيًا ومتوترًا إذا وجدت أن شخصًا ما يراقبني .					
٧٨	أرغب غالبًا في أن أكون قائد جماعة .					
٧٩	يقول لي أصدقائي أحيانًا بأنني كثير الكلام .					
٨٠	يخبرني الآخرون غالبًا بأنني شخص حساس وعاطفي .					
٨١	يعرف الناس مشاعري الحقيقية بسهولة حتى لو حاولت أن أخفيها عنهم .					
٨٢	أميل دائمًا إلى جو الحفلات أو السهرات .					
٨٣	أهتم غالبًا بما أكوّنه عن الآخرين من إنطباعات.					
٨٤	أضع نفسي غالبًا في مواقف اجتماعية حرجة .					

م	العبـــــارة	لا تنطبق (١)	تنطبق بدرجة ضعيفة (٢)	متوسطة (٣)	كبيرة (٤)	كبيرة جدا (٥)
٨٥	لا أعبر عن غضبى بالصياح أو الصراخ .					
٨٦	عندما يكون أصدقائى قلقين أو متضايقين فإنهم يبحثون عنى لكى أساعدهم على الهدوء والتخفيف من القلق .					
٨٧	أستطيع بسهولة أن أبدو سعيدًا فى لحظة ما وحزينًا فى اللحظة التالية .					
٨٨	يمكننى أن أتحدث عدة ساعات فى أى موضوع .					
٨٩	أهتم غالبًا بفكرة الآخرين وانطباعاتهم عنى .					
٩٠	أستطيع أن أتكيف بسهولة فى أى موقف اجتماعى .					

البيانات الشخصية

١ – تاريخ اليوم :

٢ – الجنس : ذكر (   )   أنثى (   )

٣ – السن : ....

٤ – الكلية : ....

٥ – القسم : ....

٦ – الصف الدراسى : ....

٧ – التقدير فى العام الماضى : ....

٨ – الديانة : ....

٩ – مستوى تعليم الأب : ....

١٠ – مهنة الأب : ....

١١ – مستوى تعليم الأم : ....

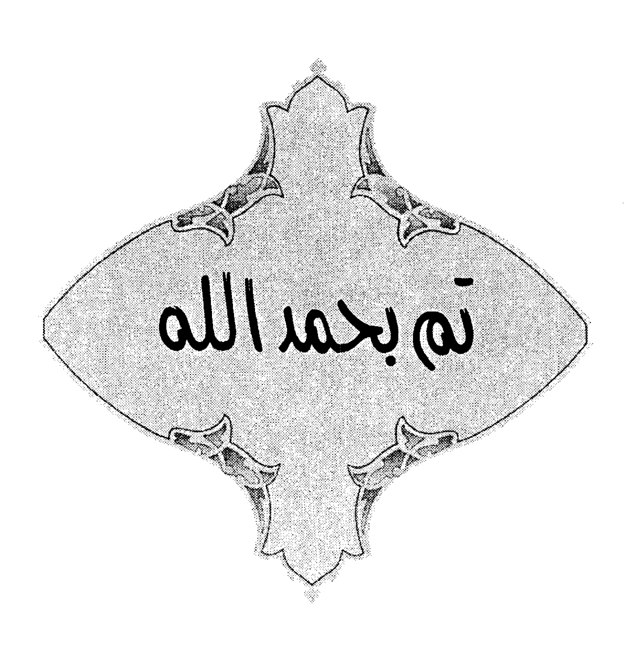
١٢ – مهنة الأم : ....

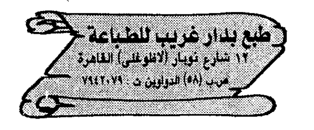
١٣ – هل تمارس بعض الأنشطة أو الهوايات ؟ نعم (١)   لا (٢) . ...

١٤ – فى حالة نعم ما هى ؟

١ – ....

٢ – ....


تم بحمد الله


طبع بدار غريب للطباعة
١٢ شارع نوبار (لاظوغلى) القاهرة
ص.ب (٥٨) الدواوين ت: ٧٩٤٢٠٧٩